

Instructions for use

Mode d'emploi

Gebrauchsanleitung

Instrucciones de uso

Istruzioni per l'uso

使用说明

**Amielle**

Comfort

Vaginal dilators

**Amielle**

Women's Health





# Amielle Comfort

Vaginal dilators



## 5 GRADUATED SIZES



Twist & lock handle



Amielle Comfort vaginal dilators have been designed for women experiencing vaginal discomfort and penetration problems from vaginismus, dyspareunia, gynaecological surgery or trauma following childbirth.

This guide was written in conjunction with psychosexual therapists.

Please read these instructions fully before using Amielle Comfort vaginal dilators for the first time.



**Contents:**  
5 Dilators, Universal handle,  
Lubricating gel, Instructions for use

## How to use your Amielle Comfort vaginal dilators

**Before You Begin** – Prior to first-time use, wash dilators and handle in warm, soapy water, rinse thoroughly and allow to dry.

**Privacy** – Use the dilators in a private, comfortable setting where you will be undisturbed.

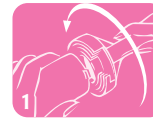
**Positioning** – The recommended position to use the dilators is to lie flat on your back with your knees bent and legs slightly apart. Alternatively, you may stand with one leg raised on a chair.

**Progression** – Start with the smallest dilator and, once you can comfortably insert it, progress to the next size up. You may find when you first use the dilators that you can only tolerate the tip of the dilator. With persistent, daily use you will be able to gradually progress to full insertion, then larger sizes. When transitioning sizes, move from the smaller dilator to the next size in the same session, as vaginal muscles will already be relaxed and the transition will be easier. When you feel comfortable inserting the larger dilators you may be ready to attempt penetrative sexual intercourse. The time it takes to progress from size to size varies by individual.

**Cleaning Instructions** – Amielle Comfort vaginal dilators and handle should be washed after each use. Wash in warm, soapy water, rinse thoroughly and allow to dry before storing in carrying bag. Ensure all traces of soap are removed to avoid irritation.

Remember to wash the dilator handle if it has been used.

## Inserting your dilator



**1.** Twist and lock handle onto dilator. Apply water-based lubricant to the tip of the dilator and to your vaginal opening.

**2.** Relax as best as possible. Using controlled breathing, slowly ease the dilator into the vagina going as deeply as is comfortable. Since the vagina slants upwards and towards your back, the dilator should be angled upwards and in the direction of your back during insertion.

Leave the dilator in position for as long as you have been advised by your Healthcare Professional.

**3.** Remove gently and slowly.

## Warranty Information

The warranty offered by Owen Mumford Limited (“we”) in relation to this product is set out at [owenmumford.com](http://owenmumford.com). PLEASE READ THIS WARRANTY IN FULL. Your rights under the laws of your country are not affected.

## Warnings and Precautions

These instructions are intended as a guide. Further advice may be obtained from your Healthcare Professional.

Les dilateurs vaginaux Amielle Comfort ont été conçus pour les femmes qui rencontrent un inconfort vaginal et des problèmes de pénétration découlant d'un vaginisme, d'une dyspareunie, d'une opération gynécologique ou d'un traumatisme suite à un accouchement.

Ce guide a été rédigé en collaboration avec des thérapeutes psychosexuels.

Veillez lire ce mode d'emploi dans son intégralité avant d'utiliser les dilateurs vaginaux Amielle Comfort pour la première fois.



**Contenu :**  
5 dilateurs, poignée universelle,  
gel lubrifiant, mode d'emploi

## Comment utiliser vos dilateurs vaginaux Amielle Comfort

**Avant de commencer** – Avant la première utilisation, lavez les dilateurs et la poignée à l'eau chaude savonneuse, rincez soigneusement, puis laissez sécher.

**Intimité** – Utilisez les dilateurs dans un lieu privé et confortable où vous ne serez pas dérangée.

**Position** – La position recommandée pour utiliser les dilateurs est allongée sur le dos, les genoux pliés et les jambes légèrement écartées. Vous pouvez également rester debout en plaçant une jambe sur une chaise.

**Progression** – Commencez par le plus petit dilateur et, lorsque vous pouvez l'insérer facilement, passez à la taille supérieure. Au début, il se peut que vous ne supportiez que l'extrémité du dilateur. En l'utilisant quotidiennement, vous parviendrez progressivement à l'insérer entièrement, puis à passer aux tailles supérieures. Lorsque vous changez de taille, passez à la taille suivante au cours de la même session car les muscles vaginaux seront déjà détendus et la transition en sera facilitée. Lorsque vous parvenez à insérer les dilateurs les plus larges, vous pouvez essayer d'avoir un rapport sexuel avec pénétration. Le temps nécessaire pour passer d'une taille à l'autre varie selon les personnes.

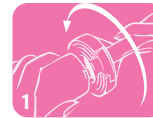
**Instructions de nettoyage** – Les dilateurs vaginaux et la poignée Amielle Comfort doivent être lavés après chaque utilisation. Lavez-les à l'eau chaude savonneuse, rincez-les soigneusement et laissez-les sécher avant de les remettre dans la trousse de transport. Assurez-vous qu'il ne reste aucune trace de savon pour éviter toute irritation.

Souvenez-vous de laver la poignée du dilateur si vous l'avez utilisée.

## Informations sur la garantie

La garantie offerte par Owen Mumford Limited (« nous ») en relation avec ce produit est disponible sur [owenmumford.com](http://owenmumford.com). VEUILLEZ LIRE CETTE GARANTIE DANS SON INTÉGRALITÉ. Vos droits en vertu des lois de votre pays ne sont pas affectés.

## Insertion du dilateur



**1.** Faites pivoter la poignée pour la verrouiller sur le dilateur. Appliquez du lubrifiant à base d'eau sur le bout du dilateur et à l'entrée de votre vagin.

**2.** Détendez-vous le plus possible. En respirant calmement, insérez lentement le dilateur dans votre vagin, aussi profondément que possible. Étant donné que le vagin est incliné vers le haut et en direction de votre dos, le dilateur doit également être orienté vers le haut et en direction de votre dos pendant l'insertion.

Laissez le dilateur en place aussi longtemps que vous l'a recommandé votre médecin.

**3.** Retirez-le doucement et lentement.

## Avertissements et précautions

Ces instructions sont une aide. Des conseils supplémentaires peuvent être obtenus auprès de votre médecin.

Die Amielle Comfort Vaginaldehner wurden für Frauen entwickelt, die aufgrund von Vaginismus, Dyspareunie, gynäkologischen Eingriffen oder Verletzungen nach der Geburt vaginale Beschwerden und Penetrationsprobleme haben.

Diese Anleitung wurde mit Hilfe von Psychosexualtherapeuten erstellt.

Bitte lesen diese Anleitung vollständig durch, bevor Sie die Amielle Comfort Vaginaldehner zum ersten Mal verwenden.



**Inhalt:**  
5 Vaginaldehner, universeller Griff,  
Gleitgel, Gebrauchsanleitung

## Gebrauch der Amielle Comfort Vaginaldehner

**Vor dem Beginn** – Waschen Sie die Vaginaldehner und den Griff vor dem ersten Gebrauch in warmem Seifenwasser. Gründlich abspülen und trocknen lassen.

**Intimsphäre** – Verwenden Sie die Vaginaldehner in einer privaten, angenehmen und ungestörten Umgebung.

**Position** – Die empfohlene Position zur Verwendung der Vaginaldehner ist flach auf dem Rücken liegend, wobei die Knie gebeugt und die Beine leicht geöffnet sind. Alternativ können Sie auch stehen, wobei Sie ein Bein auf einen Stuhl stellen.

**Fortschritt** – Beginnen Sie mit dem kleinsten Vaginaldehner und steigern Sie die Dehnung, wenn Sie ihn angenehm einführen können, mit der nächsten Größe. Es kann sein, dass Sie bei der anfänglichen Verwendung der Vaginaldehner meinen, nur die Spitze des verwendeten Vaginaldehners ertragen zu können. Bei anhaltendem täglichem Gebrauch werden Sie allmählich Fortschritte erzielen, bis eine vollständige Einführung und anschließend die Verwendung größerer Vaginaldehner möglich ist. Wenn Sie von einer Größe auf die nächste übergehen, wechseln Sie in derselben Sitzung vom kleineren zum größeren Vaginaldehner, da die Scheidenmuskeln dann bereits entspannt sind und der Übergang dadurch leichter ist. Wenn Sie beim Einführen der größeren Vaginaldehner ein angenehmes Gefühl haben, können Sie es möglicherweise wieder mit vaginalem Geschlechtsverkehr versuchen. Die Zeit, die für den Übergang von einer zur nächsten Größe erforderlich ist, ist individuell unterschiedlich.

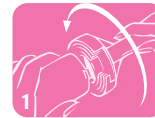
**Reinigung** – Die Amielle Comfort Vaginaldehner und der Griff sind nach jedem Gebrauch zu waschen. In warmem Seifenwasser waschen, gründlich abspülen und trocknen lassen, bevor Sie sie in der Tragetasche aufbewahren. Stellen Sie sicher, dass alle Seifenspuren entfernt sind, um Reizungen zu vermeiden.

Vergessen Sie nicht, den Griff für die Vaginaldehner zu waschen, falls dieser verwendet wurde.

## Gewährleistungsinformationen

Die von Owen Mumford Limited („wir“) in Zusammenhang mit diesem Produkt gewährte Garantie ist unter [owenmumford.com](http://www.owenmumford.com) nachzulesen. BITTE LESEN SIE ALLE BESTIMMUNGEN DIESER GARANTIEERKLÄRUNG. Die Ihnen gemäß der Gesetzgebung Ihres Landes zustehenden Rechte bleiben von der Garantie unberührt.

## Einführen des Vaginaldehners



1. Drehen Sie den Griff auf den Vaginaldehner, sodass er einrastet. Tragen Sie das wasserbasierte Gleitmittel auf die Spitze des Vaginaldehners und auf Ihre Scheidenöffnung auf.

2. Entspannen Sie sich so gut wie möglich. Führen Sie den Vaginaldehner unter kontrollierter Atmung vorsichtig und langsam so weit in die Scheide ein, wie es angenehm ist. Da die Scheide nach hinten aufwärts zum Rücken hin führt, sollte der Vaginaldehner beim Einführen nach oben abgewinkelt und in Rückenrichtung bewegt werden.

Lassen Sie den Vaginaldehner so lange in einer Position, wie es Ihnen die für Sie zuständige medizinische Fachkraft geraten hat.

3. Den Vaginaldehner langsam und vorsichtig herausnehmen.

## Warnungen und Vorsichtsmaßnahmen

Diese Anleitung ist als Hilfestellung gedacht. Weitere Hinweise erhalten Sie von der für Sie zuständigen medizinischen Fachkraft.

Los dilatadores vaginales Amielle Comfort se han diseñado para las mujeres que sufren incomodidad vaginal y problemas de penetración derivados de vaginismo, dispareunia, cirugía ginecológica o traumatismo después del parto.

Esta guía se ha escrito junto con terapeutas psicosexuales.

Lea estas instrucciones por completo antes de utilizar los dilatadores Amielle Comfort por primera vez.



**Contenido:**  
5 dilatadores, mango universal,  
gel lubricante, instrucciones de uso

## Uso de los dilatadores vaginales Amielle Comfort

**Antes de comenzar** – Antes del primer uso, lave los dilatadores y el mango con agua caliente y jabón; a continuación, enjuáguelos bien y espere a que se sequen.

**Privacidad** – Utilice los dilatadores en un entorno privado y cómodo donde nadie pueda molestarla.

**Posición** – La posición que se recomienda para usar los dilatadores consiste en acostarse boca arriba con las rodillas dobladas y las piernas ligeramente separadas. También puede estar de pie con una pierna levantada y apoyada sobre una silla.

**Progresión** – Comience con el dilatador más pequeño y, una vez que pueda insertarlo con comodidad, siga con el del siguiente tamaño. Cuando utilice los dilatadores por primera vez, es posible que solo pueda tolerar la punta del dilatador. Con el uso continuo y diario, podrá progresar poco a poco hasta la inserción completa y, posteriormente, será capaz de utilizar tamaños más grandes. Al hacer la transición a otro tamaño, cambie del dilatador más pequeño al del siguiente tamaño durante la misma sesión, puesto que los músculos vaginales estarán ya relajados y la transición será más fácil. Una vez que se sienta cómoda con los dilatadores más grandes, podrá intentar la práctica de relaciones sexuales con penetración. El tiempo que se tarda en cambiar de un tamaño a otro depende de cada persona.

**Instrucciones de limpieza** – El mango y los dilatadores vaginales Amielle Comfort deben lavarse tras cada uso. Lávelos con agua caliente y jabón; a continuación, enjuáguelos bien y espere a que se sequen antes de guardarlos en la bolsa de transporte. Asegúrese de eliminar cualquier resto de jabón para evitar sufrir irritación.

Recuerde que debe lavar el mango del dilatador en caso de haberlo usado.

## Información de garantía

La garantía ofrecida por Owen Mumford Limited («**nosotros**») en relación con este producto está disponible en [owenmumford.com](http://owenmumford.com). LEA ESTA GARANTÍA POR COMPLETO. Sus derechos, tal como establezcan las leyes de su país, no se verán afectados.

## Inserción del dilatador



**1.** Gire y bloquee el mango en el dilatador. Aplique hidrolubricante en la punta del dilatador y en la abertura vaginal.

**2.** Relájese tanto como sea posible. Respirando de forma controlada, inserte lentamente el dilatador en la vagina; introdúzcalo todo lo profundo que pueda sin sentir incomodidad. Dado que la vagina se tuerce hacia arriba y hacia la espada, debe introducir el dilatador con un ángulo hacia arriba y en la dirección de la espalda.

Deje el dilatador en esta posición durante el tiempo que le haya recomendado el profesional sanitario.

**3.** Retire el dilatador despacio y con cuidado.

## Advertencias y precauciones

Estas instrucciones se han concebido a modo de guía. El profesional sanitario podrá ofrecerle más consejos.

I dilatatori vaginali Amielle Comfort sono progettati per le donne che riscontrano dolore e problemi durante la penetrazione dovuti a vaginismo, disparesunia, chirurgia ginecologica o trauma successivo al parto.

Questa guida è stata realizzata in collaborazione con terapeuti psicoessuali.

Prima di utilizzare i dilatatori Amielle Comfort, leggi con attenzione le istruzioni.



**Contenuto:**  
5 dilatatori, manico universale,  
gel lubrificante, istruzioni per l'uso

## Come utilizzare i dilatatori vaginali Amielle Comfort

**Prima di iniziare** – Lava i dilatatori e il manico con acqua calda e sapone, quindi risciacquali con cura e lasciali asciugare.

**Privacy** – Utilizza i dilatatori in un ambiente riservato e confortevole in cui nessuno possa disturbarti.

**Postura** – La posizione migliore per utilizzare i dilatatori è quella supina, con le ginocchia piegate e le gambe leggermente separate. In alternativa, puoi restare in piedi con una gamba appoggiata su una sedia.

**Progressione** – Inizia con il dilatatore più piccolo; quando riesci a inserirlo senza difficoltà, passa alla misura successiva. È possibile che alle prime applicazioni tu riesca a sopportare solo la punta del dilatatore, ma con un uso quotidiano e costante riuscirai gradualmente a inserirlo per intero e passare alla misura più grande. Se ti senti pronta per passare al dilatatore successivo, fallo durante la stessa sessione; i muscoli vaginali saranno già rilassati e la transizione sarà più semplice. Quando riesci a inserire il dilatatore più grande senza provare dolore, potresti essere pronta per tentare un rapporto sessuale completo. Il tempo necessario per passare da una misura a quella successiva varia da persona a persona.

**Pulizia** – I dilatatori vaginali e il manico Amielle Comfort devono essere lavati dopo l'uso. Lavali con acqua calda e sapone, quindi risciacquali con cura e lasciali asciugare prima di riporli nell'astuccio. Assicurati di rimuovere tutti i residui di sapone per prevenire irritazioni.

Ricorda di lavare il manico, se l'hai utilizzato.

## Informazioni sulla garanzia

La garanzia offerta da Owen Mumford Limited (“noi”) per questo prodotto è disponibile sul sito [owenmumford.com](http://owenmumford.com). LEGGERE TUTTO IL TESTO DELLA GARANZIA. I diritti previsti dalle leggi vigenti nel paese di residenza non saranno compromessi.

## Inserimento del dilatatore



**1.** Avvita il dilatatore sul manico fino a bloccarlo. Applica un lubrificante a base acquosa sulla punta del dilatatore e sull'orifizio vaginale.

**2.** Rilassati il più possibile. Respira in modo controllato e fai scivolare il dilatatore all'interno della vagina per quanto riesci prima di provare disagio. La vagina è rivolta verso la schiena e orientata verso l'alto: quando inserisci il dilatatore, inclinalo in modo che ne segua la direzione naturale.

Lascia il dilatatore in posizione per tutto il tempo che ti ha indicato il tuo specialista.

**3.** Rimuovi il dilatatore con delicatezza.

## Avvertenze e precauzioni

Queste istruzioni sono intese come una guida. In caso di dubbi, rivolgiti al tuo specialista.

Amielle Comfort 阴道扩张器适合由于阴道痉挛、性交疼痛、妇科手术或分娩后创伤引起阴道不适和插入问题的女性使用。

本指南由性心理治疗师协助编写。

首次使用 Amielle Comfort 阴道扩张器前，请完整阅读本指南中的说明。



内含物件：  
5 个扩张器、通用手柄、  
润滑剂、使用说明

## 如何使用 Amielle Comfort 阴道扩张器

**使用前** — 首次使用前，请先用温肥皂水清洗扩张器和手柄并彻底冲洗干净，然后等待其干燥。

**私密性** — 请在私密、舒适且不会被打扰的环境中使用扩张器。

**体位** — 建议使用扩张器时选择仰卧位，两膝弯曲，两腿稍稍分开。或者，您也可以选择站立，并将一条腿抬高，放到椅子上。

**进程** — 从最小号的扩张器开始使用，当它能够舒适地插入时，继续使用大一号的扩张器。首次使用扩张器时，您可能会发现您只能忍受扩张器的顶端进入。坚持每日使用，您将逐渐能够将它完全插入，然后过渡到更大的尺寸。转换尺寸时，请在同一次使用扩张器的过程中从较小扩张器过渡到大一号的扩张器，因为此时阴道肌肉已经放松，转换时将更加轻松。当您插入较大扩张器仍感觉舒适时，就说明您可能已经作好了尝试插入式性交的准备。尺寸过渡所需的时间因人而异。

**清洁说明** — 每次使用后，应对 Amielle Comfort 阴道扩张器和手柄进行清洗。请在温肥皂水中清洗并彻底冲洗干净，等待其干燥后再装入收纳包内。确保所有肥皂残留均已冲洗干净，以避免产生刺激。

如果使用了扩张器手柄，切记进行清洗。

## 保修信息

Owen Mumford Limited (以下简称“我们”) 为本产品提供的保修服务请见 [owenmumford.com](http://owenmumford.com)。请完整阅读此保修信息。您所在国家/地区的法律赋予您的权利不受影响。

## 插入扩张器



1. 将手柄旋入并锁定到扩张器上。在扩张器的顶端和阴道口涂抹水性润滑剂。
  2. 尽量放松身体。有控制地呼吸，轻轻地将扩张器缓慢送入阴道，深度以您感觉舒适为准。由于阴道为向上、向背部倾斜，因此扩张器在插入过程中应向上并朝着背部方向形成一定角度。
- 让扩张器在阴道内停留，时间以医疗专业人士给您的建议的为准。
3. 轻轻地、缓慢地移出扩张器。

## 警告和注意事项

本说明旨在提供参考。您可能要咨询医疗专业人士获取更多建议。



Made by Owen Mumford in Malaysia



**OWEN MUMFORD**  
Making a World of Difference



**HEAD OFFICE**

Owen Mumford Ltd  
Brook Hill, Woodstock  
Oxfordshire OX20 1TU, United Kingdom  
**T** : +44 (0)1993 812021  
**F** : +44 (0)1993 813466  
**E** : [info@owenmumford.co.uk](mailto:info@owenmumford.co.uk)

**UK / IRELAND SALES & MARKETING**

**T** : +44 (0)1608 645555  
**E** : [info@owenmumford.co.uk](mailto:info@owenmumford.co.uk)

**NORTH AMERICA**

**T** : +1 800-421-6936  
**E** : [info@owenmumfordinc.com](mailto:info@owenmumfordinc.com)

**FRANCE**

**T** : +33 (0)2 32 51 88 70  
**E** : [fr.info@owenmumford.com](mailto:fr.info@owenmumford.com)

**GERMANY**

**T** : +49 (0)6026/97750  
**E** : [de.info@owenmumford.com](mailto:de.info@owenmumford.com)

**CHINA**

**T** : +86 (0)21 6032 3528  
**E** : [cn.info@owenmumford.com](mailto:cn.info@owenmumford.com)

**MALAYSIA**

**T** : +60 (0)7 553 9617  
**E** : [my.info@owenmumford.com](mailto:my.info@owenmumford.com)

**MEXICO**

**E** : [mx.info@owenmumford.com](mailto:mx.info@owenmumford.com)

[owenmumford.com](http://owenmumford.com)

